



**University of  
Zurich**<sup>UZH</sup>

**Zurich Open Repository and  
Archive**

University of Zurich  
University Library  
Strickhofstrasse 39  
CH-8057 Zurich  
[www.zora.uzh.ch](http://www.zora.uzh.ch)

---

Year: 2021

---

## **Dad ovs da jade e rollers da quarz**

Cadruvi, Viola Nesa

**Abstract:** Il davos temps ma stendan els adina pli savens encunter lur fatschas filtradas atras ils divers portals da medias sin mes telefonin e vendan lur empermischuns da guarizium cun podcasts, blogposts, terapias da gruppa e cussegliaziun in tar in: ils life-coachs, schamans, self-mastery-coachs, ils embratschaplantas, reiki e yoga teachers, ils mediators e cussegladers dad aura soma. Els m'empermettan ina vita plain ventira, senza tristezza, senza tema d'existenza e senza nauscha conscienza. Satisfacziun en mintga champ da vita, mintga di pel-giaglina da la ventira, guarizium da tuttas mendas, psichicas, fisicas, nun-giavischadas ed imaginadas.

Posted at the Zurich Open Repository and Archive, University of Zurich  
ZORA URL: <https://doi.org/10.5167/uzh-211003>  
Newspaper Article  
Published Version

Originally published at:

Cadruvi, Viola Nesa. Dad ovs da jade e rollers da quarz. In: La Quotidiana, 5 July 2021, 16.



CONVIVENZA

Dad ovs da jade e rollers da quarz

VIOLA CADRUVI

I davos temps ma stendan els adina pli savens encunter lur fatschas filtradas atras ils divers portals da medias sin mes telefonin e vendan lur empermischuns da guariziun cun podcasts, blogposts, terapias da gruppa e cussegliaziun in tar in: ils life-coachs, schamans, self-mastery-coachs, ils embratschaplantas, reiki e yoga teachers, ils mediators e cussegladers dad aura soma. Els m'empermettan ina vita plain ventira, senza tristezza, senza tema d'existenza e senza nauscha conscienza. Satisfacziun en mintga champ da vita, mintga di pel-giaglina da la ventira, guariziun da tuttas mendas, psichicas, fisicas, nungiavischadas ed imaginadas.

Ti has mal d'amur? Va a spass en il guaud ed embratscha ina planta! Ti has pers tes job? Tschenta ina buttiglia d'equilibrium dinamic mellen-cotschna sur tes computer. Ti has in dafraid? Energy healing! Mal il venter? In vision board! Gist survegni in uffant? Trenescha tia batschida cun ovs da jade (gea, l'idea è d'introducir quels en la vagina)! Depressiuns? Emprova EFT – splunta simplamain in zic sin tes chau e repeta il mantra «Jau vegn ad avair in bellezza di.»! In pau ma regordan els a quest scharlatan da Lucky Luke che venda adina il medem elixier, mo ch'el adatte-



scha mintgamai l'effect pre-tendi al mal dal client.

Tut quests life-coachs han gea mintgamai in'istorgia tragica en il passà. Depressiuns, attatgas da panica, dolurs inexplitgables ch'els èn vegnids da curar cun lur terapia individuala. Questa terapia han els per il solit scuvert sin viadis en pajais lontans, trips a Costa Rica u en l'India u pervia da mai a Mallorca, nua ch'els fan lur salids da suleagl ed han sautà enturn il lieu da champ ed en il meglier cas anc consumà in pau Ayahuasca – ensemble cun auters millennials privilegiads, finanziads da lur genis bainstants.

Na chapì betg fauss mai. Jau ma legrel per mintga persuna che vegn da surmuntar sias temas e problems. Ed atgnamain n'interesseschi era betg mai, sche questa glieud sfarlatta ils daners da lur geniturs.

Jau hai dentant in problem cunzunt, sche quels coaches empermettan lura ventira e guariziun cun terapias dubiusas, senza ch'els avessan ina scolaziun adequata (in diplom dad in Yogi XY dad Ibiza per chirologia e energy healing na vala betg sco scolaziun) – e dumondan lura anc daners da glieud che n'è betg talmain privilegiada e bainstanta sco els.

Era na crai jau simplamain betg che mes problems svaneschian, sche jau tract mia fatscha cun in roller da quarz rosa. Anzi, quella terapias pudessan perfin esser privlusas. Forsa betg il roller da quarz, ma segir in ov da jade introducì en la vagina. Dal rest sun jau persvada che tut quels coaches che propagheschan lur vita superventiraivla sin Instagram fan dapli donn a glieud cun depressiuns che quai ch'i gidan. Sch'ins va mintga saira a letg cun pel-giaglina, na munta quai betg ch'ins è talmain ventiraivel cun sia vita e sto far in post sur da quai sin Instagram, mabain ch'ins duess forsà simplamain ina giada tschentar en il stgaudament. Almain cunter in dafraid gida gliez probabel meglier.

Viola Cadruvi ha studegià germanistica, istorgia e rumantsch a l'Università da Turitg. Mintgant lavura ella vi da sia dissertaziun e mintgant sco scolasta, ma bunamain adina scriva ella.

La convivenza da las linguas e culturas en il Grischun – quai è il tema da la columna «Convivenza» che cumpara mintga glindesdi en la Südschweiz ed en La Quotidiana.



La polizia simbolica

La Polizia chantunala dal Grischun trametta regularmain comunicaziuns a las medias – surtut davart accidents, enguladitschs u acziuns da radar. Quai che la polizia ha da communitar n'è betg adina da rir. A las comunicaziuns agiunta ella adina era fotografias tar ils differents schabetgs, p.ex. dals lieus d'accident. Mintgant ha però er il

post da comunicaziun da la polizia fadia da chattar ina fotografia adequata. E perquai trametta lura la Polizia chantunala uschenumnads «maletgs symbolics». E gist quella fotografias da la «polizia simbolica» interesschan quests dis la redacziun da la FMR! Oz mussain nus quest exemplar, survegni ultimamain en connex cun ina collavuraziun

poliziala sur cunfin en Val Müstair ed en il Tirol dal sid. Cun questa fotografia da vehichels da carabinieri talians e polizists grischuns – davant dus cascadas da bellezza – resta be anc dad ir: Ah, esser policist è schon ina bella professiun! Durant il fotoshooting eran carabinieri e lur collegas svizzers probablmain gist a baiver in capuccino. (fmr/dat)

In roman sco il Huckleberry Finn da Mark Twain

FLURIN ANDRY/FMR

La mattetta Kya viva cun ses fragliuns e geniturs en ina chamona a l'ur d'ina gronda palì en North Carolina en ils Stadis Unids da l'America. Igl è ina damaun d'avust da chaliras ch'ella – che ha sis onns – auda a serrar la porta cun il giatter cunter ils moskitos. Ins n'auda pli nagut, be l'agen flad. Tgi ha bandunà la chamona? Segir betg mamma! Ella na serra mai uschè ferm la porta. E tuttina sto badair la matta che sia mamma l'ha propi bandunada. L'emprim la mamma e suenter er anc ils fragliuns. Ed il bab è pli savens en ustarias che a chasa.



Flusskrebse») raquinta la biologa ed autura *Delia Owens* (1949), oriunda da Georgia, da la matta abandonada. Co ch'ella passenta ils dis, da tge ch'ella viva e cun tgi ch'ella fa amicizia...

En ses emprim roman scrit dal 2018 (tud. «Der Gesang der

Mes tip è oz da leger quest roman che captivescha d'emprim ennà. Sco tar Huckle-



berry Finn e Tom Sawyer na vegnis vus, da quai sun jau persvas, prest pli da serrar il cudesch avant che l'avair legì a fin. Uschè ferm interessa co che Kya dominescha suletta la vita en la palid, nua ch'ella sa lascha fascinar da tut las plantas ed animals che vivan là. Il roman descriva cun plets poetics la suldina, ma era il plaschair e l'amur.

Di per di dat ina redactura u in redactur da la FMR in tip a lecturas e lecturs – in cussegl u ina recumandaziun, senza impegn e senza garanzia che quel «tip» plaschia alura a tuttas e tuts.

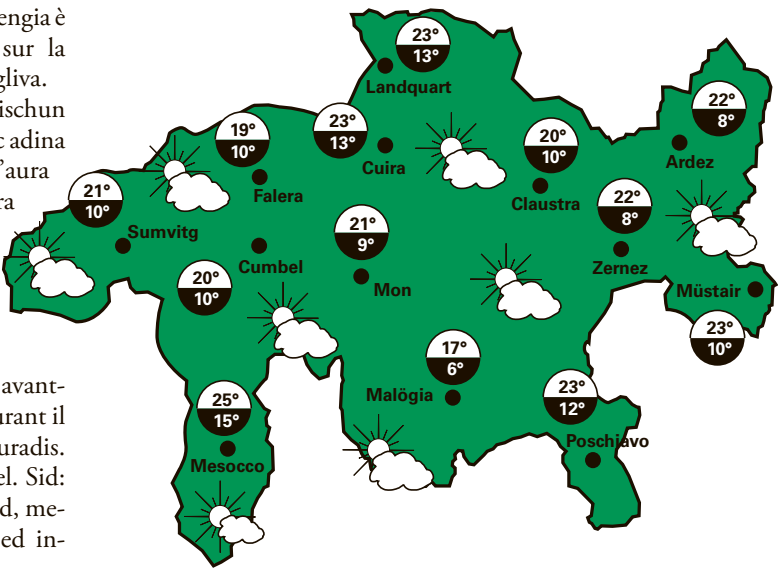
«Quai chi's nomna productività nun ais suvent nügl'oter co la chatscha davo la satisfacziun.»

Aforisems dad Andri Peer, Tizzuns e sbrinzlas

AURA

Adina era nivels vi dal tschiel

**Situaziun generala:** Dumengia è passada ina zona freida sur la Svizra. Oz è l'aura pli sulegliva. **Oz:** Nord da las Alps e Grischun Central: Probablmain anc adina surtratg, alura daventa l'aura detg sulegliva. Temperatura la damaun var 13, al suentermezdi var 24 grads. Malgrà furmaziuns da nivels auts per gronda part sulegliv. **Prognosa:** Nord: Mardi avantmezdi anc detg sulegliv, durant il di surtratg e forsà intgins uradis. Mesemna e gievgia variabel. Sid: Mardi detg sulegliv e chaud, mesemna e gievgia surtratg ed intgins uradis u temporals.



CARICATURA LINUS FLEPP